***Организация режима пребывания детей в ДОУ***

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В ДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

*Холодный период*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Режим дня** | **1-2-я младшая группа**  **(1,5-4 года)** | **Средняя - старшая**  **группа**  **(4-6 лет)** | **Подготовительная группа**  **(6-7 лет)** |
| Прием детей,  самостоятельная деятельность, игры | 7.30-8.23 | 7.30 – 8.15 | 7.30 – 8.05 |
| Утренняя гимнастика | 8.23 – 8.30 | 8.15 – 8.23 | 8.05 – 8.15 |
| Подготовка к завтраку,  1 завтрак | 8.30 – 8.45 | 8.23 – 8.40 | 8.15– 8.40 |
| Самостоятельная  деятельность, игры | 8.45 – 9.00 | 8.40 – 9.00 | 8.40– 9.00 |
| Непосредственно  образовательная  деятельность. | 9.00 – 9.55  (вторник, четверг, пятница – 10.10) | 9.00 – 9.50  (среда, четверг, пятница -10.20) | 9.00 – 10.50 |
| 2 завтрак | 10.05-10.15 | 10.05 – 10.20 | 10.10.-10.20 |
| Подготовка к прогулке,  прогулка | 10.15 – 11.30 | 10.20 – 11.55 | 10.50 – 12.05 |
| Возвращение с  прогулки, игры | 11.30 – 11.50 | 11.55 – 12.15 | 12.05 – 12.15 |
| Подготовка к обеду,  обед | 11.50 – 12.30 | 12.15 – 13.00 | 12.15 – 13.00 |
| Подготовка ко сну  дневной сон | 13.00 – 15.00 | 13.00 – 15.00 | 13.00 – 15.00 |
| Подъем, воздушные процедуры, самостоятельные игры | 15. 00 –15.45 | 15.00 – 15. 50 | 15.00 – 15.55 |
| Подготовка к  полднику, полдник | 15.45 – 16.00 | 15.50 – 16.05 | 15.55– 16.10 |
| Чтение  художественной литературы | 16.10 – 16.30 | 16.05 – 16.30 | 16.10 – 16.30 |
| Самостоятельная  деятельность детей, уход детей домой | 16.30 – 17.30 | 16.30 – 17.30 | 16.30 – 17.30 |

*Теплый период*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Режим дня** | **1-2-я младшая группа**  **(1,5-4 года)** | **Средняя - старшая**  **группа**  **(4-6 лет)** | **Подготовительная группа**  **(6-7 лет)** |
| Прием детей на  воздухе, самостоятельная  деятельность, игры | 7.30-8.05 | 7.30 – 8.15 | 7.30 – 8.25 |
| Утренняя  гимнастика на воздухе | 8.05 – 8.15 | 8.15 – 8.25 | 8.25 – 8.35 |
| Возвращение с прогулки, подготовка к  завтраку, завтрак | 8.15 – 8.45 | 8.25 – 8.50 | 8.35– 9.00 |
| Подготовка к  прогулке, занятию, выход на прогулку | 8.45 – 9.15 | 8.50 – 9.15 | 9.00 – 9.10 |
| Непосредственно  образовательная деятельность на прогулке. | 9.15 – 9.35 | 9.15– 9.40 | 9.10 – 9.40 |
| Прогулка | 9.35 – 11.35 | 9.40 – 12.15 | 9.40 – 12.20 |
| Возвращение с  прогулки, игры,  водные процедуры | 11.35 – 12.00 | 12.15 – 12.35 | 12.20 – 12.40 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 – 12.30 | 12.35 – 13.05 | 12.40 – 13.10 |
| Подготовка ко сну,  дневной сон | 12.30 – 15.00 | 13.05– 15.00 | 13.10 – 15.00 |
| Подъем,  воздушные процедуры | 15.00 – 15.30 | 15.00 – 15. 15 | 15.00 – 15. 15 |
| Подготовка к  полднику, полдник | 15.30 – 15.50 | 15.15 – 15.30 | 15.15– 15.30 |
| Чтение  художественной литературы | 15.50 – 16.05 | 15.30 – 15.50 | 15.30 – 15.50 |
| Подготовка к  прогулке, прогулка, уход домой | 16.05 – 17.30 | 15.50 – 17.30 | 15.50 – 17.30 |